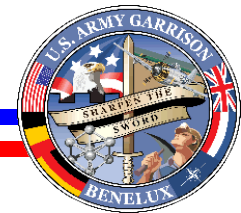
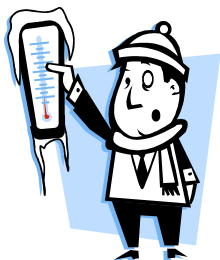


Sécurité en Hiver Briefing





Don't Walk By



**Conduite en hiver:
Conseils**

Sécurité en voiture



Sécurité en moto

**Prévention des lésions
des au froid**



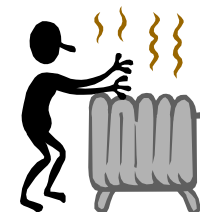
**Sécurité liée au
Sport**



**Sécurité du
chauffage**



**Monoxyde de
Carbone**





Winter driving tips



Soyez prêt a prendre la route en Hiver

Don't
W@tK
BY



Avant

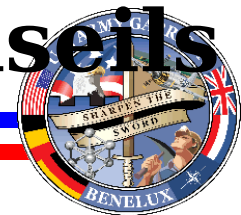
Pendant

Après





Conduite en Hiver conseils



Météo

Peu importe la température, -qu'elle soit de -6°C ou 32°C- la météo a une influence directe sur les conditions de route et de conduite et peut poser de sérieux problèmes.

Il importe de s'informer des prévisions météorologiques, soit en écoutant la radio, la télévision ou les chaînes météo, soit en lisant le journal.

**D
o
n
t

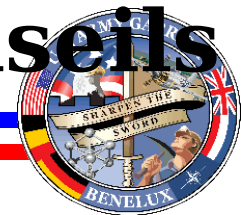
W
a
t
k

B
y**





Conduite en Hiver conseils



La conduite en hiver est difficile et souvent dangereuse

Avant le départ

- Prévoyez assez de temps en plus pour atteindre votre destination. En effet, les limites de vitesse sont établies selon les conditions météo optimales. Donc, plus les conditions sont mauvaises, plus votre vitesse sera réduite.
- Enlevez la neige des vitres, du capot, du toit et du coffre avant de démarrer car, sous l'effet du vent, celle-ci peut réduire votre vision ou celle des autres automobilistes.
- Assurez-vous que les pneus de votre véhicule soit correctement gonflés et que la profondeur des sculptures soit suffisante pour une bonne adhérence sur la neige, afin de réduire le risque d'aquaplanage sur les routes mouillées.



**D
o
n
t

W
a
k

B
y**



Conduite en Hiver conseils



La conduite en hiver est difficile et souvent da

Avant le départ (suite)

- Un excédent de poids dans le coffre ou à l'arrière du véhicule peut vous assurer une meilleure adhérence; mais cela aux dépens du contrôle du véhicule et des distances de freinage. Veillez toujours à ce que votre chargement soit bien attaché.
- Avant de partir, informez un ami de votre destination, de votre itinéraire et de votre date de retour. Si vous ne rentrez pas à la date prévue, il lui est conseillé d'avertir la police et non d'effectuer les recherches lui-même. En effet si vous n'avez pas su prendre la route à cause des intempéries, il en sera vraisemblablement de même pour lui.



**Don't
WALK
BY**



Conduite en Hiver conseils



Durant le voyage

- Mettez votre ceinture de sécurité et assurez-vous que vos enfants soient installés dans les sièges prévus pour eux.
- Allumez les feux de croisement lorsqu'il neige ou fait du brouillard. Vérifiez que les phares ne soient pas sales ou enneigés car votre visibilité sera réduite de 50% ou plus.
- Respectez au moins trois fois la distance de sécurité normale s'il neige ou s'il gèle. Si un autre automobiliste vous suit de trop près, alors gardez une distance supplémentaire avec le véhicule devant vous, de telle sorte que vous puissiez ralentir ou freiner progressivement.

D
o
n
t
W
a
k
B
y





Conduite en Hiver conseils



Durant le voyage (suite)

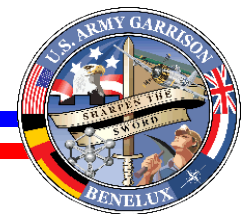
- Si votre voiture commence à glisser sur le verglas, ôtez votre pied de l'accélérateur, ne touchez pas au frein et manœuvrez dans la direction dans laquelle l'arrière de votre véhicule dérape.
- Conduire l'hiver peut s'avérer stressant. Si un autre automobiliste fait quelque chose qui vous déplaît, restez calme et laissez passer. Il est préférable de se concentrer sur la route.
- Lorsque vous devez freiner sur la neige ou le verglas, le manuel d'utilisation de votre véhicule recommandera habituellement la technique de freinage la plus efficace.



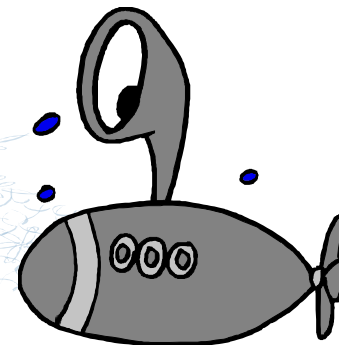
**Don't
W@tch
BY**



Sécurité en voiture



*Si vous êtes l'une de ces personnes
qui risquent leur vie en se
contentant d'enlever uniquement la
neige sur 15cm du pare-brise et
prennent ensuite la route pour aller
travailler, Alors, vous êtes un
pilote de son*

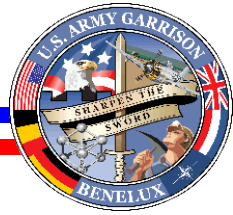


**Don't
Wait
By**





Sécurité en voiture



Don't Walk By

***ADAPTEZ VOTRE VITESSE AUX
CONDITIONS EN VIGUEUR*** - Quand vous
conduisez dans des conditions difficiles,
RALENTISSEZ! Réduire votre vitesse vous
permettra d'avoir plus de temps pour
réagir en cas de situation difficile. Des
facteurs tels que le type de véhicule, la
qualité des pneus et vos compétences
comme conducteur doivent être pris en
compte lors de l'adaptation de la vitesse.



Gardez à l'esprit SPACE



Speed – La vitesse excessive est cause No. 1 des accidents durant l'hiver.

Patience et courtoisie peuvent sauver des vies.

Attention aux autres véhicules et à l'environnement c'est essentiel.

Concentration – L'augmentation des dangers durant l'hiver doit aiguïser l'attention.

Exit – Prévoyez toujours une échappatoire.



Sécurité en voiture



Brouillard (conseils sécurité):

**Allumez le phare
antibrouillard arrière si
la visibilité est réduite
à moins de 100 mètres**



- ✓ Évitez d'emprunter l'autre bande sauf vraiment nécessaire
- ✓ Écoutez le trafic que vous ne voyez pas

**D
o
n
t

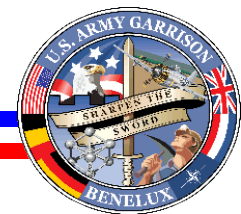
W
a
k

B
y**



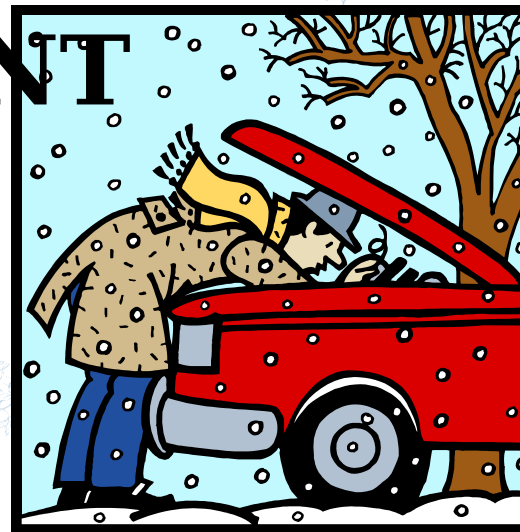
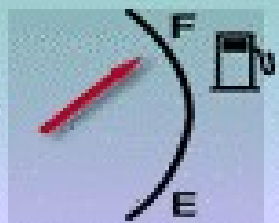


Sécurité en voiture



IMPORTANT

**N'OUBLIEZ PAS DE
FAIRE LE PLEIN DE
CARBURANT**



**Don't
W@tch
BY**



Sécurité en voiture



10 REGLES POUR UNE MEILLEURE SECURITE AU VOLANT

DURANT L'HIVER

L'hiver est la saison des fortes pluies, du brouillard, du verglas et de la neige. Le mauvais temps modifie la visibilité et la distance de freinage. Suivez ces 10 règles et devenez un automobiliste plus prudent durant cette saison.

1. Accordez-vous du temps supplémentaire pour effectuer le trajet et diminuez votre vitesse.

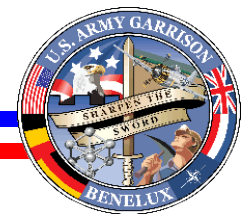
2. Augmentez la distance qui vous sépare du véhicule devant vous et assurez-vous de pouvoir freiner sur cette distance.



Don't
W@tch
BY



POV Safety



10 REGLES POUR UNE MEILLEURE SECURITE AU VOLANT

DURANT L'HIVER (suite)

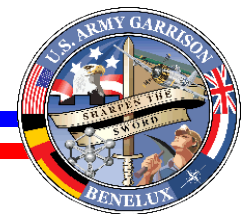
3. Si la visibilité est fortement réduite avec le brouillard, allumez les feux de croisement et le phare anti-brouillard arrière. Gardez votre pare-brise propre.
4. Éteignez le phare anti-brouillard lorsqu'il n'est plus nécessaire sinon il éblouit les autres automobilistes.
5. Attention - vous voyez la neige, mais pas toujours le verglas.
6. Évitez le freinage brusque, l'accélération rapide ou la conduite brutale quand il fait glissant.



Don't
W@rk
By



POV Safety



10 REGLES POUR UNE MEILLEURE SECURITE AU VOLANT

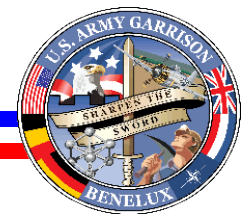
DURANT L'HIVER

7. Enlevez la neige de votre pare-brise et contrôlez régulièrement la propreté de vos phares.
8. Emportez une pelle, des vêtements chauds, une couverture, de la nourriture et des boissons, surtout si vous traversez des régions isolées.
9. Si vous prévoyez un long trajet, avertissez quelqu'un de votre destination et de l'heure d'arrivée prévue.
10. Si conduire par du mauvais temps vous rend mal à l'aise, demandez-vous si c'est vraiment nécessaire ou si un autre

Don't
W@tK
By



Sécurité en voiture



DEMARRAGE ET **VISIBILITE**

1. Faites tourner le moteur au ralenti - inutile de le pousser!
2. **DEGAGEZ COMPLETEMENT LE VEHICULE!**

- **NETTOYEZ LES PHARES**

- **NETTOYEZ LES VITRES ET LES MIROIRS**

- **ENLEVEZ TOUTE LA NEIGE DU**

VEHICULE

Une bonne visibilité est essentielle !!!!!

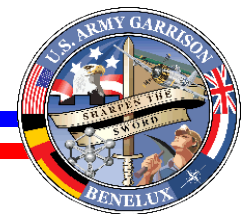
attention, LA PRECIPITATION PEUT CAUSER UN ACCIDENT SUR LA ROUTE!



**Don't
Wait
By**



Sécurité en voiture



VERGLAS

***DANGEREUX CAR
INVISIBLE!***

ENDROITS GLISSANTS:

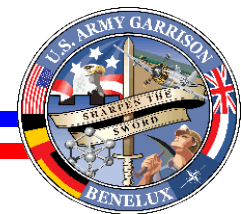
1. Ponts/Viaducs/
Tunnels
2. Endroits ombragés.



**Don't
Walk
By**



Sécurité en voiture



VERGLAS

REACTION

RESTEZ CALME!

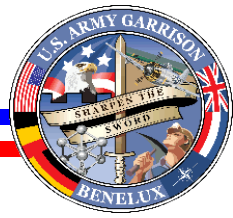
- NE CHANGEZ PAS BRUSQUEMENT DE VITESSE OU DIRECTION
- LACHEZ L'ACCELERATEUR
- MANOEUVREZ DANS LA DIRECTION OU L'ARRIERE DU VEHICULE DERAPE



**Don't
WALK
BY**



Sécurité en voiture

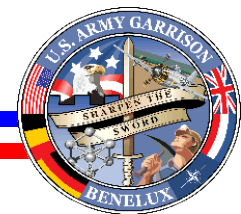


**Don't
Wait
By**

**Attention
Une voiture se
remplace,
Une Vie NON!**



Sécurité a moto



Don't
W@tK
By



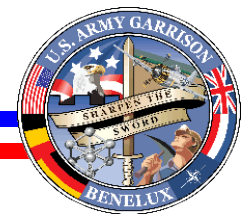
Et vous comment faites-vous?

Il y a toujours des motocyclistes qui pensent être assez bons pour rouler en hiver avec juste une épaisseur en plus. Excepte ces intrépides, la majorité des motocyclistes doit prendre des précautions, d'une part pour leur machine et d'autre part pour eux-mêmes. Préparez votre moto. Préparez-vous



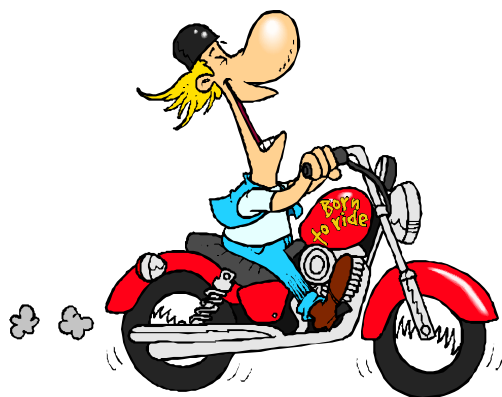


Sécurité a moto



Préparez votre moto

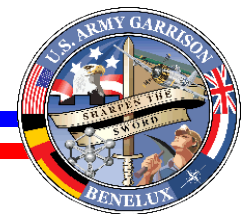
Don't
W@t
k
By



Assurez-vous du bon état de la batterie
Employez la bonne huile
Contrôlez le liquide de refroidissement
Inspectez l'état mécanique de votre



Sécurité a moto



Préparez-vous

Attitude a adopter

Rouler a moto en hiver peut s'avérer une grande aventure. En effet vous êtes plus couvert et mieux protégé qu'en été, ce qui restreint quelque peu tous vos mouvements. Tournez la tête pour voir s'il y a du trafic a un carrefour peut relever du défi. En outre, il n'est pas courant de voir des motocyclistes l'hiver et donc vous devez redoubler de prudence pour être sur d'être vu par les automobilistes. Vous devez vous habiller de manière a garder la chaleur et portez des vêtements quelque peu serrant.



D
o
n
t
W
a
k
B
y





Sécurité a moto



Préparez-vous (suite)



Météo et conditions routières

Si vous décidez de prendre la route en hiver, il est important que vous soyez conscient de l'augmentation des risques d'accident par rapport à la saison estivale. Peu importe la distance de votre parcours, informez-vous des prévisions météo dans la région que vous traverserez. Le temps peut être dégagé chez vous alors qu'il gèle ou neige là-bas

Habillement

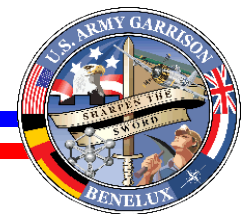
Couvrez-vous bien tout le corps et prenez garde aux endroits où l'air froid peut s'infiltrer facilement. Portez des textiles modernes prévus pour protéger du froid et garder la chaleur.



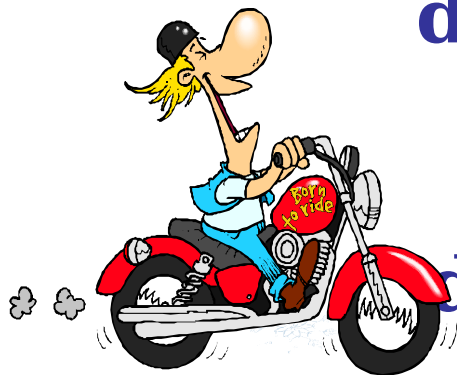
**Don't
WALK
BY**



Sécurité a moto



Ne pensez pas que tous les automobilistes vous voient. Le n°1 de la prévention est le port d'un casque réfléchissant, de vêtements clairs et contrastes, ainsi que d'une veste fluorescente.



!!ALLUMEZ LES PHARES!!



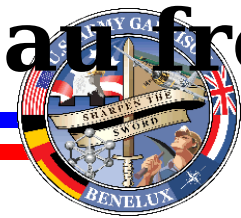
**D
o
n
t

W
a
t
k

B
y**

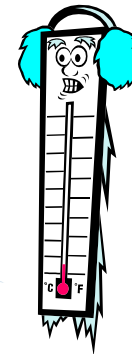


Prévention des lésions dues au froid



Hypothermie

- **Première cause de décès**
 - Une perte de 4C ou plus par rapport a la température corporelle normale.
 - Vêtements mouillés.
- **Cause**
 - Exposition continue au froid.
 - Épuisement des réserves d'énergie.
- **Symptômes**
 - Frissons.
 - Respiration lente et peu profonde.
 - Débit de parole lent.
 - Perte de Coordination.
 - Trous de mémoire.
 - Sensation de faim, nausée, fatigue.



Traitement

- Arrêt de l'exposition.
- Boissons chaudes.
- Gardez la victime au chaud et avec des vêtements secs.
- Réchauffez progressivement.



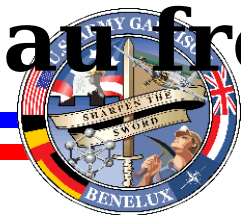
D
o
n
t

W
a
k

B
y



Prévention des lésions dues au froid



Gelures

Cause

Les tissus corporels peuvent geler si la peau est exposée à un froid extrême ou est en contact avec un objet très froid. Les parties du corps les plus sensibles sont le nez, les oreilles, les joues, les doigts et les orteils.

Symptômes

Sensation de froid extrême et d'engourdissement, de fourmillement. La peau est blanche ou jaune gris et peut présenter des boursouflures

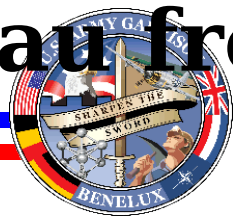
Traitement

Réchauffez les parties gelées avec des couvertures ou de l'eau chaude (pas bouillante). Ne pas frictionner le corps, ni boire de caféine ou même percer les cloques. N'utilisez pas de poêle chaud, lampe chauffante ou bouillotte brûlante. Bougez les parties du corps réchauffées (pas les pieds gelés)
Appelez un médecin

Don't
Walk
By



Prévention des lésions dues au froid



Engelures

- **Cause**

- Exposition répétée ou chronique d'une peau dénudée à des températures comprises entre 0°C et -15°C.

- **Signes/Symptômes**

- Parties enflées du corps, douloureuses, apparition de papules.
- Sensation de brûlure ou de fourmillement.
- Rougeur.

- **Traitement**

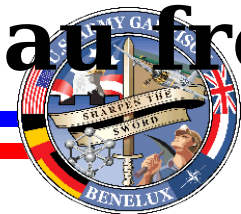
- Laissez réchauffer les parties gelées à température ambiante.
- Ne pas frictionner.
- Protégez des traumatismes et infections secondaires.

Don't
Walk
By





Prévention des lésions dues au froid



Pied de Tranchée/d'immersion

- **Cause**

- Humidité, basse température.
- Contact prolongé avec l'humidité à une température entre 0°C-10°C

- **Traitement**

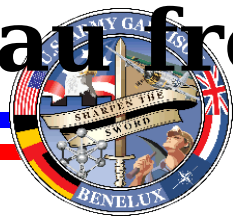
- **Signes / Symptômes**

- Engourdissement et douleur.
- Gonflement, fourmillement, démangeaison.
- Peau pale et jaunâtre.
- Boursouflures.
- Élevez les pieds, placez un bandage pas trop serré.
- Réchauffez à température ambiante.
- Pas de massage ou de friction.
- Séchez à l'air, ne pas immerger.

Don't
W@t
k
By



Prévention des lésions dues au froid



Prévention

D
o
n
t

W
a
k

B
y

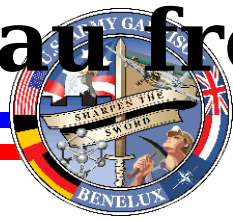
Restez en mouvement; Soyez plus attentif s'il pleut ou vente.

Portez plusieurs couches de vêtements chauds et amples pour couvrir pieds, mains, visage et tête. Si vous êtes mouille, avez froid ou vos doigts ou vos orteils engourdis, allez dans un endroit chauffe, enflez des vêtements chauds et secs ou prenez des couvertures.





Prévention des lésions dues au froid



**D
o
n
t

W
a
i
k

B
y**

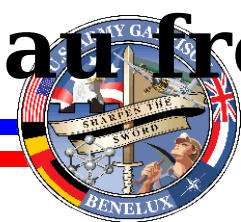
Habillez-vous correctement

- ✓ Portez plusieurs de vêtements épais et amples.
- ✓ Mettez un bonnet, une écharpe et un pull a col roule.
- ✓ La tête et le cou perdent plus rapidement de la chaleur.
- ✓ Habillez-vous pour le froid.
- ✓ N'oubliez pas le bonnet et les gants.





Prévention des lésions dues au froid



Exemples d'effet de refroidissement par le vent:

Avec une température de **-15°C** et un vent de 55 km/h, l'effet de refroidissement par le vent serait de **-6°C**, ce qui provoquerait des gelures en 45'. (**Danger moyen**)

Avec une température de **-30°C** et un vent de 55 km/h, l'effet de refroidissement par le vent serait de **-13°C** et provoquerait des gelures en moins de 5 minutes. (**Grand Danger**)

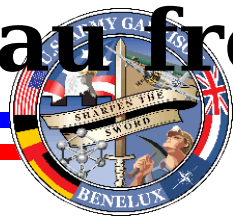
Wind Chill Temperature Table

Wind Speed (mph)		Air Temperature (°F)																	
		40	35	30	25	20	15	10	5	0	-5	-10	-15	-20	-25	-30	-35	-40	-45
0	↓	40	35	30	25	20	15	10	5	0	-5	-10	-15	-20	-25	-30	-35	-40	-45
5		36	31	25	19	13	7	1	-5	-11	-16	-22	-28	-34	-40	-46	-52	-57	-63
10		34	27	21	15	9	3	-4	-10	-16	-22	-28	-35	-41	-47	-53	-59	-66	-72
15		32	25	19	13	6	0	-7	-13	-19	-26	-32	-39	-45	-51	-58	-64	-71	-77
20		30	24	17	11	4	-2	-9	-15	-22	-29	-35	-42	-48	-55	-61	-68	-74	-81
25		29	23	16	9	3	-4	-11	-17	-24	-31	-37	-44	-51	-58	-64	-71	-78	-84
30		28	22	15	8	1	-5	-12	-19	-26	-33	-39	-46	-53	-60	-67	-73	-80	-87
35		28	21	14	7	0	-7	-14	-21	-27	-34	-41	-48	-55	-62	-69	-76	-82	-89
40		27	20	13	6	-1	-8	-15	-22	-29	-36	-43	-50	-57	-64	-71	-78	-84	-91
45		26	19	12	5	-2	-9	-16	-23	-30	-37	-44	-51	-58	-65	-72	-79	-86	-93
50		26	19	12	4	-3	-10	-17	-24	-31	-38	-45	-52	-60	-67	-74	-81	-88	-95

GREEN LITTLE DANGER (frostbite occurs in >2 hours in dry, exposed skin)
YELLOW INCREASED DANGER (frostbite could occur in 45 minutes or less in dry exposed skin)
RED GREAT DANGER (frostbite could occur in 5 minutes or less in dry, exposed skin)



Prévention des lésions dues au froid



Habillé pour le froid C O L D

Gardez les vêtements propres C**lean**

Saleté et graisse bloquent l'aération de vos vêtements et diminuent leur degré d'isolation.

Évitez la transpiration

O**verheating**

La transpiration peut geler sur la couche externe. Restez au sec car l'humidité réduit le degré d'isolation.

Portez plusieurs couches

L**ayers**

Des vêtements amples permettent de garder l'air chaud sans bloquer la circulation sanguine. Une bonne circulation aide à prévenir le gelures.

Vêtements secs

D**ry**

Gardez vos vêtements secs de l'intérieur et de l'extérieur.

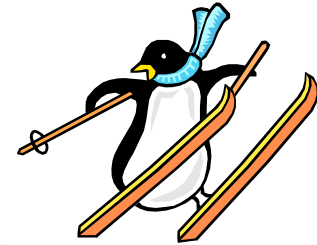




Sécurité liée au Sport



- Ski
- Snowboard
- Ski de fond
- Luge
- Randonnée, escalade
- Marche



La plupart des loisirs d'hiver sont des activités extérieures qui requièrent presque toujours une certaine forme physique. Il est essentiel de ne pas oublier de s'échauffer au préalable, surtout s'il fait froid!

Portez un casque spécialement conçu pour le ski ou le snowboard.

Optez pour un équipement adapté.

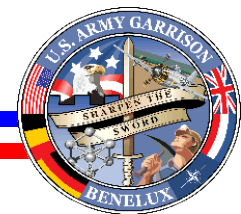
Vous trouvez ce matériel dans les magasins de sport locaux



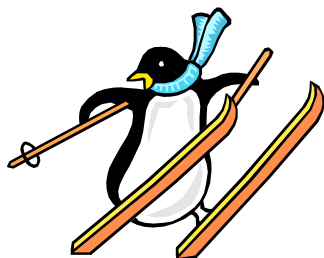
Don't
W@tch
BY



Sécurité liée au Sport



Don't
Walk
By

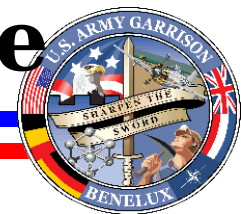


1. Mettez plusieurs couches de vêtements
2. Couvrez la bouche et le nez pour garder la chaleur
3. Portez des vêtements qui n'absorbent pas l'humidité mais qui respirent
4. Préférez les vêtements qui gardent la chaleur même s'il pleut, confectionnés en laine ou dans de nouvelles matières synthétiques (polypropylène, polarguard, fiberfill, quallofil) très peu conducteurs
5. Couvrez bien et gardez bien au chaud les parties du corps habituellement exposées (tête, cou, mains,...). C'est là qu'il y a de grosses pertes de chaleur.





Sécurité du chauffage



Utilisez uniquement les chauffages
d'appoint autorisés!

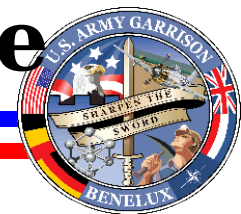


Don't
Walk
By

➤ LES CHAUFFAGES SANS VENTILATION
ET AU PROPANE NE SONT PAS
AUTORISÉS



Sécurité du chauffage



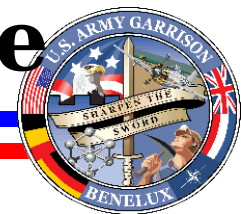
Don't
W@tK
BY

- BRANCHEZ LE DIRECTEMENT DANS UNE PRISE MURALE ET NON AVEC UNE RALLONGE.
- PLACEZ LE DANS UN ENDROIT OU IL NE SERA PAS FACILEMENT RENVERSE.
- DEBRANCHEZ LE SI VOUS NE L'EMPLOYEZ PAS.
- NE L'UTILISEZ PAS POUR SECHER DES VETEMENTS OU TOUT AUTRE CHOSE.





Sécurité du chauffage

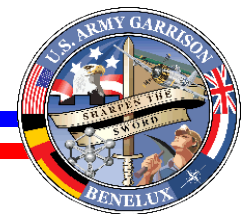


**Don't
Walk
By**

- RESPECTEZ LES INSTRUCTIONS D'EMPLOI SPECIFIQUES POUR TOUS LES CHAUFFAGES.
- IL DOIT ETRE INSTALLE SUR UNE SURFACE SOLIDE, PLANE ET IGNIFUGE. L'ENDROIT DOIT ETRE DEGAGE, SANS VETEMENTS OU MATERIAUX COMBUSTIBLES, ET BIEN IDENTIFIE.



!! Monoxyde de Carbone !!



• Terminologie

- Le monoxyde de carbone est un gaz incolore et inodore, produit par les moteurs à essence et diesel, ainsi que par les chauffages défectueux.

• Cause

- Forte concentration de gaz accumulée à cause d'un manque d'aération.
- Dormir dans un véhicule à l'arrêt dont le moteur tourne.

• Signes et symptômes

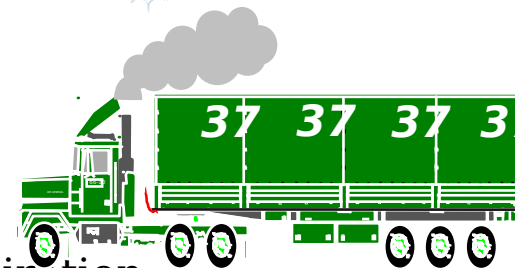
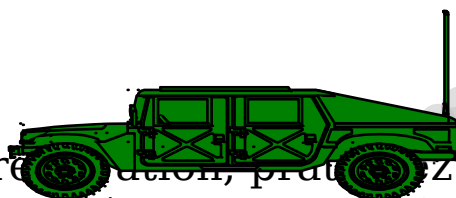
- Maux de tête.
- Faiblesse et vertiges.
- Nausée.

• Traitement

- Air frais.
- Absence de réaération, pratiquer la respiration artificielle.

• Prévention

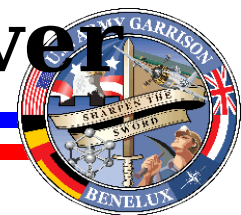
- Aération adéquate dans les tentes/garde assurée en tout temps !
- Ne dormez pas dans un véhicule dont le moteur tourne!!!



Don't
W@tch
BY



Autres Conseils pour l'hiver



Don't
W@tK
BY

Vêtement

- Portez un bonnet!
- Portez des gants!
- Portez des chaussures non glissantes!
- Plusieurs couches de vêtement!

Sports

- ☐ Vérifiez l'équipement
- ☐ Portez un casque
- ☐ Portez des gants
- ☐ Restez par deux

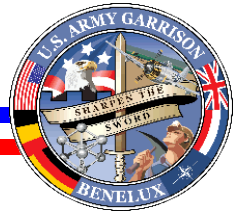
Sécurité Enfant

- ☐ Veillez à la durée du temps passé dehors
- ☐ Contrôlez le parcours du traîneau
- ☐ Habillez les avec plusieurs épaisseurs
- ☐ Prévoyez une boisson chaude

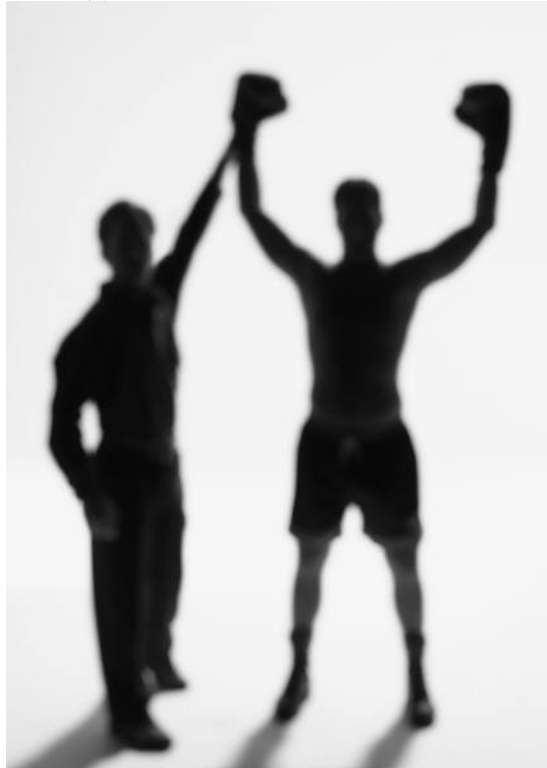
Sécurité a la maison

- ☐ Vérifiez l'installation électrique
- ☐ Contrôlez les chauffages d'appoint
- ☐ Faites ramoner la cheminée
- ☐ Dégagement de la neige
- ☐ Gardez un sac de sel dans le





Don't
Walk
By



Formation, soin
personnel, entraide et
leadership
=
Un Hiver sans problème